

**PELATIHAN HARGA DIRI UNTUK MENINGKATKAN ASERTIVITAS
PADA REMAJA KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Disusun oleh:

Chasuna Sulantari Uswah

NIM.14710020

Dosen Pembimbing Skripsi :

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi

NIP.19811014 200901 2 004

PRODI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2019

**PELATIHAN HARGA DIRI UNTUK MENINGKATKAN ASERTIVITAS
PADA REMAJA KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Disusun oleh:

Chasuna Sulantari Uswah

NIM.14710020

Dosen Pembimbing Skripsi :

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi

NIP.19811014 200901 2 004

PRODI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2019

SURAT KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah :

Nama : Chasuna Sulantari Uswah

NIM : 14710020

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Apabila di kemudian hari dalam skripsi saya ini ditemukan plagiasi karya orang lain, maka saya bersedia di tindak sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 9 Februari 2018

Yang menyatakan



Chasuna Sulantari Uswah

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada.

Dr. Mochammad Sodik, S. Sos., M.Si

Dekan fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Assalamualaikum wr.wb

Setelah memeriksa, mengarahkan dan mengadakan perbaikan seperlunya maka selaku pembimbing saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Chasuna Sulantari Uswah

NIM : 14710020

Program Studi : Psikologi

Judul : Pelatihan Harga Diri untuk Meningkatkan Asertivitas pada Remaja Korban Kekerasan dalam Pacaran

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu sosial dan Humaniora UIN Sunan kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana strata 1 (satu) Psikologi.

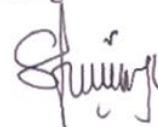
Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggung jawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah.

Demikian atas perhatiannya terima kasih.

Wassalamualaikum wr.wb

Yogyakarta, 9 Februari 2018

Pembimbing



Sara Palila, M.A., Psi

NIP. 19811014 200901 2 004



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-114/Un.02/DSH/PP.00.9/04/2019

Tugas Akhir dengan judul : ~~PELATIHAN HARGA DIRI UNTUK MENINGKATKAN ASERTIVITAS PADA~~
REMAJA KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : CHASUNA SULANTARI USWAH
Nomor Induk Mahasiswa : 14710026
Telah diujikan pada : Jumat, 08 Maret 2019
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
NIP. 19811014 200901 2 004

Penguji I

Lisnawati, S.Psi., M.Psi
NIP. 19750810 201101 2 001

Penguji II

Pihasniwati, S.Psi., M.A., Psikolog
NIP. 19741117 200501 2 006

Yogyakarta, 08 Maret 2019

UIN Sunan Kalijaga

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

DEKAN



Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
NIP. 19680416 199503 1 004

MOTTO

*“There are no success. It is the result of preparation,
hardwork, and learning from failure.”*

-Colin Powell-

*“Don’t give up when your prayers haven’t been answered. If
you are able to be patient, Allah will give you more than
what you ask.”*

Halaman Persembahan

Dengan memanjatkan rasa syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan berkah serta kemudahan yang telah diberikan, dengan penuh kasih sayang dan rasa bahagia, karya sederhana ini saya persembahkan kepada :

Kedua orang tua tercinta, Mokhammad Aris dan Sulastri

Adik ku tersayang, Afwan Muhammad Asyaifi

Semua saudara dan sahabat-sahabat yang terus menemani, menyemangati, bahkan membantu saya dalam kondisi apapun

Dan

Almamaterku tercinta, Program Studi Psikologi Fakultas

Ilmu Sosial dan Humaniora

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya karena telah memberikan kesempatan dan kemudahan bagi penulis untuk dapat mengalami proses belajar mengajar sampai jenjang pendidikan perguruan tinggi. Tidak lupa atas izin dan ridho-Nya pula sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pelatihan Harga Diri untuk Meningkatkan Asertivitas pada Remaja Korban Kekerasan dalam Pacaran”.

Penulisan skripsi ini tidak luput dari dukungan dan bantuan yang besar dari berbagai pihak. Dukungan dan bantuan tersebut sangat memotivasi penulis untuk tetap semangat dan berjuang dalam menyelesaikan skripsi ini. Segala puji dan syukur pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada berbagai pihak yang selama ini membantu peneliti, antara lain yaitu:

1. Kedua Orangtua saya, Ibu dan Ayahanda tercinta, sebagai orang pertama yang memberikan dukungan baik berupa moril dan materil.
2. Bapak Dr. Mochamad Sodik, S.sos., M.Si., selaku Dekan Fakultas, Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Retno Pandan Arum Kusumowardhani, S.Psi., M.Si., Psi selaku Ketua Prodi Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga.
4. Ibu Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membantu membimbing serta mendidik penulis selama proses pengerjaan skripsi ini.

5. Ibu Lisnawati S.Psi, M.Psi selaku dosen penguji I yang sudah meluangkan waktu dan memberikan masukan-masukan kepada penulis agar skripsi yang peneliti susun menjadi lebih berkualitas.
6. Ibu Pihasniwati, S.Psi, M.A., Psikolog selaku dosen penguji II yang sudah meluangkan waktu dan memberikan masukan-masukan kepada penulis, agar skripsi yang peneliti susun menjadi lebih berkualitas.
7. Ibu Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan banyak waktu, tenaga dan pikiran dalam membimbing penulis selama menempuh perkuliahan di Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
8. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi yang selama penulis menempuh perkuliahan Program Studi Psikologi telah memberikan banyak ilmu pengetahuan kepada penulis.
9. Semua responden penelitian dan Fasilitator penelitian Shinta Putri Megawati S.Psi yang sudah meluangkan waktu dan tenaga untuk membantu dalam kelancaran skripsi ini.
10. Sahabat-sahabat tercintaku Isnainingtyas Kusumawati, Ayu Wening Permoni, dan Siti Muridatul. Sahabat yang selalu hadir dalam suka maupun duka, yang selalu menjadi tempat berkeluh kesah, mereka ada untuk selalu mendukung dan memberi semangat. Semoga persahabatan kami tidak sampai sini akan tetapi terjalin selalu hingga layaknya keluarga.

11. Sahabat-sahabat terbaikku Ratna Permatasari, Dzikria Primala Wijaya, Asfah Faella Sufah, dan Jabbarinur Syafaqah. Selaku yang banyak memberi dukungan, bahkan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Teman sepermainan ketika sedang stres, yang senantiasa bersedia untuk menenangkan penulis ketika sedang panik. Teman yang humoris, selalu menghibur ketika sedang stres maupun sedih.
12. Sahabatku sekaligus teman seperjuangan dalam mengerjakan skripsi ini, Afifatun Nisa. Sahabat yang selalu menenangkan dan menyemangati ketika sedang susah ataupun senang, selalu menghiburku dan memiliki hobi yang sama yaitu makan untuk melepaskan stress. Terimakasih sudah selalu bersamaku dan tidak meninggalkanku sendirian dalam mengerjakan skripsi ini.
13. Kakak-kakakku tersayang, Lisvia Prenila Atmaja dan Irmarina Shyena Candra Safira, yang selalu membantu, memberikan semangat dan memotivasi dalam pembuatan skripsi ini.
14. Sahabat kecilku, Sita Zuhara Rusda dan Danang Saputra, yang selalu menyemangati dan memberikan doa untuk kelancaran pengerjaan skripsi ini.
15. Teman-teman psikologi 2014 semua yang telah saling memberikan semangat.
16. Terimakasih untuk semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, atas keikhlasan, kesabaran, dan bantuan yang diberikan, semoga Allah SWT kelak membalas dengan kebaikan yang jauh lebih mulia.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik yang membangun dari berbagai pihak. Semoga laporan penelitian ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 9 Februari 2019

Penulis

Chasuna Sulantari Uswah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
INTISARI	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	12
1. Manfaat Teoritis	12
2. Manfaat Praktis	12
E. Keaslian Penelitian.....	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	17
A. Asertivitas	17

1. Definisi Asertivitas.....	17
2. Aspek-aspek Asertivitas.....	19
3. Faktor-faktor Asertivitas	22
B. Pelatihan Harga Diri.....	26
1. Definisi Harga Diri.....	26
2. Aspek-aspek Harga Diri.....	27
3. Pelatihan Harga Diri.....	29
C. Kekerasan dalam Pacaran	31
D. Dinamika Pelatihan Harga Diri untuk Meningkatkan Asertivitas pada Remaja Korban KDP.....	33
E. Hipotesis.....	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Variabel Penelitian.....	39
B. Definisi Operasional	39
1. Asertivitas	39
2. Pelatihan Harga Diri.....	40
C. Sampel Penelitian.....	41
D. Rancangan Eksperimen.....	44
1. Desain Eksperimen.....	44
2. Prosedur Eksperimen	45
E. Metode Pengumpulan Data.....	48
F. Validitas dan Reliabilitas	50
1. Uji Validitas	50
2. Reliabilitas Alat Ukur	50
G. Teknik Analisis Data.....	50
1. Uji Asumsi	50
2. Uji Hipotesis	51
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	52
A. Prosedur Penelitian	52

1. Prosedur Perizinan	52
2. Proses Persiapan.....	52
3. Pemilihan Subjek	58
B. Pelaksanaan Eksperimen.....	59
1. Jadwal Pelaksanaan.....	60
2. Tempat Waktu dan Pelaksanaan Pelatihan	62
3. Proses Pelaksanaan Pelatihan.....	62
C. Hasil Analisis Data.....	65
1. Hasil Intervensi Kelompok	68
2. Hasil Intervensi Individu	70
D. Pembahasan	74
BAB V PENUTUP	84
A. Kesimpulan	84
B. Penutup.....	85
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN-LAMPIRAN	93

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rincian jumlah KDP dari tahun ke tahun	5
Tabel 2. Rancangan eksperimen	44
Tabel 3. Rancangan jadwal pelatihan harga diri hari	46
Tabel 4. Sebaran nomor aitem skala asertivitas (sebelum <i>try out</i>)	48
Tabel 5. Sebaran aitem <i>try out</i> skala asertivitas	53
Tabel 6. Sebaran aitem skala asertivitas <i>pre test</i>	55
Tabel 7. Jadwal pelatihan harga diri hari pertama	60
Tabel 8. Jadwal pelatihan harga diri hari kedua	61
Tabel 9. Jadwal pelatihan harga diri hari ketiga	62
Tabel 10. Deskripsi statistik skor skala asertivitas	66
Tabel 11. Rumus perhitungan presentasi kategorisasi	66
Tabel 12. Kategorisasi asertvitas	67
Tabel 13. Deskripsi data subjek penelitian	68
Tabel 14. Data skor hasil pre-test dan post-test kelompok kontrol	68
Tabel 15. Data skor hasil pre-test dan post-test kelompok eksperimen ...	69
Tabel 16. Tabel hasil analisis uji hipotesis	70
Tabel 17. Skor pre-post test kelompok eksperimen	71

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Asertivitas Sebelum <i>Try Out</i>	94
Lampiran 2. Skala Asertivitas Setelah <i>Try Out</i>.....	102
Lampiran 3. Data <i>Try Out</i>	108
a. Uji validitas (<i>Proffesional Judgement</i>)	109
b. Tabulasi data skala asertivitas sebelum <i>Try Out</i>	115
c. Uji reliabilitas.....	125
d. Uji aitem.....	125
Lampiran 4. Modul Pelatihan Harga Diri.....	130
Lampiran 5. Hasil <i>Manipulation Check</i>	158
Lampiran 6. Data Pelatihan	183
a. Informed consent.....	184
b. Kontrak pelatihan dan harapan.....	194
c. Lembar <i>worksheet</i>	196
d. Lembar evaluasi pelatihan.....	234
Lampiran 7. Lembar Observasi	240
Lampiran 8. Olah Data Hasil Penelitian.....	248
a. Tabulasi Skala Asertivitas Pre-test	249
b. Tabulasi Skala Asertivitas Post-test	251
c. Uji hipotesis <i>wilcoxon</i> kelompok eksperimen	253
d. Uji hipotesis <i>wilcoxon</i> kelompok kontrol	254
Lampiran 9. Hasil Dokumentasi Pelatihan	255

PELATIHAN HARGA DIRI UNTUK MENINGKATKAN ASERTIVITAS PADA REMAJA KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN

Chasuna Sulantari Uswah

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pelatihan harga diri efektif untuk meningkatkan sikap asertif pada remaja korban KDP. Subjek dalam penelitian ini memiliki karakteristik yaitu remaja usia 14-24 tahun, merupakan korban atau pernah menjadi korban KDP, memiliki tingkat asertivitas sedang atau rendah, dan bersedia mengikuti pelatihan harga diri. Jumlah subjek penelitian ini ada 9 remaja, yang dibagi menjadi 2 kelompok, 5 subjek kelompok eksperimen dan 4 subjek kelompok kontrol. Penelitian ini adalah penelitian kuasi eksperimen dengan menggunakan metode *pretest-posttest control group design*. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan *Wilcoxon*. Hasil analisis post-test kelompok kontrol menunjukkan taraf signifikan $p=0,285$ yang berarti tidak signifikan, dan post-test kelompok eksperimen menunjukkan taraf signifikansi $p=0,041$ yang berarti cukup signifikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, remaja korban kekerasan dalam pacaran yang mengikuti pelatihan harga diri lebih mengalami peningkatan asertivitas daripada remaja yang tidak mengikuti pelatihan harga diri.

Kata kunci: harga diri, asertivitas, remaja korban kekerasan dalam pacaran

TRAINING OF SELF-ESTEEM TO IMPROVE ASSERTIVENESS IN ADOLESCENTS WHO ARE VICTIMS OF DATING VIOLENCE

Chasuna Sulantari Uswah

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi

ABSTRACT

This research aims to determine the effectiveness training of self-esteem to increasing assertiveness in adolescents who are victims of dating violence. The subjects in this research have characteristics that are adolescents aged 14-24 years, victims or have been the victims of dating violence, have moderate or low levels of assertiveness, and they are willing to attend self-esteem training. The total of subjects in this research are 9 adolescents, that divide into two group; 5 subjects in experimental group and 4 subjects in control group. This research is quasi experimental and the design of this research which used is pretest-posttest control group design. Wilcoxon is the technique of data analysis method that is used in this research. The results of the post-test analysis of the control group shows a significant level of $p = 0.285$ which means that it is not significant, and the post-test experimental group shows a significance level of $p = 0.041$ which meant that it is significant. So it can be concluded that the hypothesis is accepted, adolescents victims of dating violence who are trained in self-esteem have more increased assertiveness than adolescents who do not participate in training of self-esteem.

Keyword : Self-esteem, assertiveness, adolescents victim of dating violence

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Masa remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak ke dewasa yang ditandai dengan berbagai perubahan, baik dari segi fisik/fisiologis dan psikis. Santrock (2003) mengartikan masa remaja sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosio-emosional, dan usia remaja dimulai kira-kira usia 0-3 tahun dan berakhir antara usia 18-22 tahun. Sedangkan menurut Sarwono (2011) rentang batasan usia remaja di Indonesia adalah usia 11-24 tahun dan belum menikah. Masa remaja adalah masa yang penuh gejolak, masa dimana menunjukkan eksistensinya dalam pergaulan. Hall melihat perkembangan sosial, perkembangan biologis pada remaja memungkinkan terjadinya tingkah laku sosial yang lebih kompleks seperti berpacaran (Santrock, 2003).

Hal tersebut dapat lebih dijelaskan dengan rentang tugas perkembangan menurut Agustiani (2009) yang mengatakan bahwa remaja dibagi menjadi tiga bagian, masa remaja awal 12-15 tahun, pada usia tersebut remaja mulai meninggalkan peran sebagai anak-anak dan berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik, kemudian tahap perkembangan terfokus pada penerimaan terhadap bentuk dan kondisi fisik serta adanya konformitas dan teman sebaya. Pada masa remaja ini juga sudah mulai tampak ada perubahan fisik yang sudah mulai matang dan berkembang, sehingga tidak jarang dari mereka yang

memilih melakukan fantasinya untuk menyalurkan perasaan cinta dengan teman lawan jenisnya yaitu dengan bentuk hubungan telepon atau surat menyurat.

Masa remaja pertengahan 16-18 tahun, pada masa tersebut teman sebaya masih memiliki peran yang penting akan tetapi mereka mulai dapat mengarahkannya sendiri. Pada masa remaja pertengahan ini remaja mulai mengembangkan kematangan perilaku, selain itu penerimaan lawan jenis menjadi penting bagi remaja, mereka memiliki kebutuhan akan adanya teman yang dapat menemaninya dalam rasa suka dan duka yang dialaminya serta mencari sesuatu yang dianggap bernilai dan berharga yang pantas untuk dipuja dan dijunjung tinggi. Pada masa ini gairah seksual sudah mencapai puncak sehingga muncul keinginan untuk berpacaran.

Masa remaja akhir 19-22 tahun, masa tersebut ditandai dengan persiapan remaja menuju peran dewasa. Remaja berusaha memantapkan tujuan vokasionalnya, mengembangkan *sense of persona identity*, dan memiliki keinginan yang kuat untuk diterima dalam kelompok teman sebaya dan orang dewasa. Di tahap ini, perkembangan fisik secara penuh sudah menjadi orang dewasa, mereka telah mempunyai perilaku seksual yang sudah jelas dan mereka sudah mengembangkan dalam bentuk pacaran yang lebih kompleks.

Hal tersebut dijelaskan oleh Santrock (2013) secara lebih singkat bahwa remaja mulai mengalami ketertarikan dan berhubungan romantis pada usia 11-13 tahun yang dipicu oleh pubertas. Perasaan suka pada lawan jenis adalah hal yang umum terjadi pada remaja usia ini dan seringkali menjadi bahan pembicaraan

yang mendominasi teman sesama jenis. Rasa tertarik pada lawan jenis kemudian mulai di eksplorasi menjadi hubungan berpacaran pada usia 14-16 tahun yang biasanya berlangsung singkat. Kemudian pada usia 17-19 tahun, hubungan yang lebih serius mulai terbangun yang ditandai dengan ikatan emosional yang kuat dan lebih mendekati pola hubungan romantis orang dewasa.

Menurut Setiawan dan Nurhidayah (2008), pacaran adalah proses yang dilalui individu untuk mencari teman akrab yang didalamnya terdapat hubungan dekat dalam berkomunikasi, membangun kedekatan emosi dan proses pendewasaan pribadi. Konsep islam dalam memandang pacaran sendiri mengundang berbagai pertanyaan, konsepsi yang diprasangka sebagai pacaran sebenarnya penjabaran dalam pergaulan islami yang mengatur dan memfasilitasi remaja muslim untuk membina rumah tangga yang *sakinah*, *mawaddah*, dan *warahmah*. Istilah pacaran sebenarnya tidak dikenal dalam Islam, Islam menyebutkan hubungan percintaan antara laki-laki dan perempuan pranikah adalah dengan istilah *khitbah* atau meminang (Ahmad, 2006).

Khitbah (meminang) yaitu pihak laki-laki mengajukan lamaran terhadap pihak wanita, dalam khitbah boleh melihat wanita secara teliti. Ketika laki-laki menyukai seseorang perempuan maka ia harus mengkhitbahnya dengan maksud menikahnya dalam waktu dekat. Selama masa khitbah, kedua pihak harus menjaga agar jangan sampai melanggar aturan yang telah ditetapkan oleh Islam. Berdasarkan hal tersebut terdapat perbedaan yang mencolok antara pacaran dan khitbah, yaitu pacaran tidak berkaitan dengan perencanaan pernikahan, sedangkan khitbah merupakan tahapan untuk menuju pernikahan. Persamaannya adalah,

keduanya merupakan hubungan percintaan antara dua individu berlainan jenis yang tidak terikat dalam pernikahan (Rahman Ghazaly, 2006).

Rahman Ghazaly (2006) juga mengatakan bahwa dari sisi persamaannya, sebenarnya tidak ada perbedaan antara pacaran dan khitbah. Keduanya akan terkait dengan bagaimana orang mempraktikannya. Jika selama masa khitbah pergaulan antara laki-laki dan perempuan melanggar batas-batas yang telah ditentukan Islam, maka itu haram. Demikian pacaran, jika orang dalam berpacaran melakukan hal-hal yang dilarang oleh Islam, maka hal itu juga tidak diperbolehkan.

Praktik dalam pacaran sendiri sebenarnya memiliki manfaat yang baik jika tidak melanggar peraturan, yaitu sebagai proses sosialisasi, belajar untuk menjalin keakraban, memberikan sumbangan bagi perkembangan identitas remaja dan menjadi salah satu sarana dalam menyeleksi dan menemukan pasangan hidup (Santrock, 2003). Namun, jika remaja tidak mempraktikannya dengan benar maka akan beresiko dan dapat memunculkan efek negatif, karena pacaran merupakan ikatan yang tidak resmi dan tidak memiliki rencana menuju pernikahan, sehingga kurangnya rasa tanggung jawab individu terhadap pasangannya yang menyebabkan individu tersebut cenderung meremehkan pasangan. Hal ini dapat menjadi penyebab rentan terjadinya tindak kekerasan dalam pacaran (Putri, 2012).

Tindakan kasus KDP atau kekerasan dalam pacaran tersebut dapat dilihat dari data Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM), sepanjang tahun 1994-2011 terdapat 385 kasus KDP dari 1.683 kasus kekerasan yang ada (Wachid, 2013). Hal

ini juga didukung dengan hasil survei yang dilakukan oleh KOMNAS Perempuan pada tahun 2011 kasus kekerasan dalam pacaran sebanyak 1.405 kasus, kemudian pada tahun 2016 terdapat 2.734 kasus KDP terhadap perempuan (<http://www.databoks.katadata.co.id>, 2017).

Organisasi yang berfokus mengadvokasi kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak di Yogyakarta yaitu Rifka Annisa *Women Crisis Centre* mencatat jumlah kekerasan terhadap anak dan perempuan sepanjang 2017 mencapai rata-rata 300-an kasus, yang termasuk diantaranya adalah KDP. Dari tahun 2009-2016 tercatat terdapat 238 kasus KDP (<http://jogja.tribunnews.com>, 2017). Kemudian yang terbaru pada tahun 2012-2017 terdapat 140 kasus KDP yang tercatat dalam Rifka Annisa (www.rifka-annisa.org, 2018). Adapun rincian dari tahun ke tahun dapat dilihat dari tabel 1.1:

Tabel 1 Rincian jumlah kasus KDP tahun ke tahun

Kasus	Tahun					
	2012	2013	2014	2015	2016	2017
KDP	27	14	21	33	32	13
Total	140					

Penelitian yang dilakukan oleh Rohmah dan Legowo (2014) terkait motif KDP di kalangan remaja muslim menemukan bahwa kebanyakan individu yang menjalin hubungan pacaran mengalami tindakan kekerasan. Akan tetapi individu tersebut menganggap tindak kekerasan yang diterimanya sebagai suatu hal yang wajar dan menjadi konsekuensi dari hubungan tersebut sehingga individu itu tetap mempertahankan hubungan bersama pasangannya.

Penelitian lain oleh Sitorus (2015) terkait KDP pada remaja ditemukan alasan terjadinya kekerasan pada laki-laki berbeda dengan perempuan. Pada perempuan, alasan terjadinya KDP karena rasa cemburu pada pasangan, kurang tegas mengambil keputusan untuk berpisah, terlalu mengagungkan pasangan, dan tidak terima dituduh selingkuh sehingga pasangannya lebih berani melakukan tindakan KDP. Sedangkan pada laki-laki alasan terjadinya KDP karena ingin selalu bersama, adanya komunikasi dengan perempuan lain dan adanya sikap saling melarang.

Bentuk kekerasan yang diterima selama pacaran antara laki-laki dan perempuan juga berbeda. Pada perempuan kekerasan yang diterima merupakan kekerasan fisik berupa tamparan, pukulan, tinjauan, cekikikan, kekerasan psikis berupa rasa takut. Sedangkan pada laki-laki berupa kekerasan psikis rasa tertekan dan tidak bisa bergaul dengan teman-teman (Sitorus, 2015).

Fenomena KDP memiliki banyak dampak yang dapat berlangsung pada beberapa aspek seperti psikologis, fisik, maupun psikis. Dampak fisik bisa berupa memar, patah tulang, dan sebagainya. Sedangkan luka psikis bisa berupa sakit hati, harga diri yang terluka dan terhina (Setyawati, 2010). Kemudian menurut Engel (2002) dampak psikis emosional dari kekerasan yang dialami korban adalah depresi, berkurangnya motivasi, kebingungan, kesulitan konsentrasi atau membuat keputusan, rendahnya kepercayaan diri, perasaan gagal atau tidak berarti, keputusasaan, menyalahkan diri sendiri. Perasaan yang timbul adalah ketakutan, kemarahan, rasa bersalah, dan rasa malu.

Palupi (2010) memberikan kajiannya bahwa diantara para korban yang berusaha untuk melawan tindakan-tindakan kekerasan ini justru mendapat bahaya tersendiri bagi jiwanya. Sehingga seringkali mereka hanya menunjukkan sikap diam dan bertahan dalam hubungan yang tidak sehat tersebut. Seseorang yang mampu bertahan meskipun tersakiti baik secara fisik, psikologis, seksual maupun keuangan adalah orang yang memiliki asertivitas rendah. Karena asertivitas adalah kemampuan untuk menyampaikan pendapat, gagasan, perasaan, dan kepentingan secara langsung kepada siapapun (Cawood, 1997).

Linehan (1993) mengidentifikasikan beberapa kemampuan, yang jika seseorang memilikinya maka dapat menghilangkan atau mengurangi terjadinya KDP. Kemampuan-kemampuan tersebut adalah kemampuan inti yang meliputi kesadaran, kemampuan meregulasi emosi, kemampuan menoleransi keadaan sulit, dan keterampilan interpersonal seperti, asertivitas (Shorey, Zucosky, Brasfield, Febres, Cornelius, Sage & Stuart, 2012). Dari beberapa keterampilan tersebut, kemampuan interpersonal yakni asertif adalah sebagai aspek yang perlu diteliti lebih lanjut.

Menurut Roman (2010) idealnya asertif menjadi keterampilan yang diperlukan oleh remaja, karena remaja akan dihadapkan oleh berbagai situasi seperti pengawasan orangtua yang menjadi semakin longgar, kemudian remaja telah leluasa untuk bepergian dan bergaul dengan banyak orang. Selain itu perilaku asertif juga sangat diperlukan bagi remaja berdasarkan empat alasan. Pertama, perilaku asertif akan memudahkan remaja untuk bersosialisasi dan menjalin hubungan dengan lingkungan. Kedua, kemampuan asertif akan

menolong remaja untuk mengungkapkan perasaan dan keinginannya secara langsung dan terus terang. Ketiga, remaja akan mudah mencari solusi dan penyelesaian dari berbagai kesulitan yang dihadapi. Keempat, perilaku asertif dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan kognitif atau berpikir, memperluas wawasan dan tidak mudah berhenti pada sesuatu yang tidak diketahuinya (Hasanah, Supriyono, Herani dan Lestari, 2012).

Asertivitas adalah tingkah laku yang menampilkan keberanian untuk secara jujur dan terbuka menyatakan kebutuhan, perasaan, dan pikiran-pikiran apa adanya, mempertahankan hak-hak pribadi, serta menolak permintaan yang tidak masuk akal dari figur otoritas (Rathus dan Nevid, 1983). Asertivitas yang dimiliki seseorang juga dapat digunakan untuk mengkomunikasikan kebutuhan, keinginan, perasaan kepada orang lain dengan cara langsung, jujur, dan tanpa maksud menyakiti perasaan orang lain (Adams dan Lenz, 1995).

Penelitian yang dilakukan oleh Herdina (2014) menunjukkan hasil bahwa sikap asertif dengan kecenderungan menjadi korban KDP pada remaja memiliki koefisien korelasi negatif, yang artinya semakin tinggi sikap asertivitas maka semakin rendah kecenderungan untuk menjadi korban KDP. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa asertivitas memiliki hubungan negatif dengan kekerasan seksual (Livingston, Testa & VanZile-Tamsen, 2007). Sehingga kurangnya kemampuan seseorang untuk bersikap asertif akan berdampak dan menimbulkan kerentanan untuk menjadi korban KDP.

Berdasarkan pernyataan diatas, kurangnya kemampuan asertivitas pada remaja perlu diatasi sehingga dapat mengurangi atau mencegah terjadinya KDP pada remaja. Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan asertivitas yaitu pelatihan resiliensi pada mahasiswa yang diteliti oleh Safithry (2015), yang menunjukkan bahwa terdapat perubahan asertivitas yang signifikan sebelum dan sesudah pelatihan resiliensi pada kelompok eksperimen. Kemudian penelitian Rifatul dan Puji (2015) yang memberikan *graphotherapy* untuk meningkatkan asertivitas pada mahasiswa, hasilnya *graphotherapy* dapat meningkatkan asertivitas pada mahasiswa angkatan 2012.

Kemampuan asertivitas yang rendah, selain yang telah disebutkan di atas, juga dapat ditingkatkan dengan pelatihan harga diri, Rathus dan Nevid (1983) menyebutkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi asertivitas yaitu jenis kelamin, harga diri, kebudayaan, tingkat pendidikan, tipe kepribadian, dan situasi tertentu lingkungan sekitar. Harga diri menjadi faktor yang digunakan oleh peneliti karena harga diri adalah hal yang paling berpengaruh pada perilaku asertif, individu yang memiliki harga diri yang tinggi memiliki rasa percaya diri dalam menyatakan pikiran dan perasaan kepada orang lain (Llyod, 1991).

Selain itu, berdasarkan pendapat Rathus bahwa munculnya asertivitas pada remaja karena adanya penghargaan diri (*Self esteem*) yang positif terhadap dirinya yang dapat menumbuhkan keyakinan bahwa apa yang dilakukan itu sangat berharga dan apa yang diharapkan oleh remaja dapat dipenuhi dengan cara mengoptimalkan kemampuan yang dimilikinya. Apabila remaja tidak asertif justru tidak mampu mengungkapkan pikiran, perasaan dan keyakinan akan dirinya

karena mereka cenderung tidak mampu keluar dari masalah mereka (Yasdianda, 2013). Sehingga untuk meningkatkan kemampuan asertivitas seseorang adalah dengan mengembangkan penghargaan diri seseorang.

Harga diri memiliki hubungan yang positif dengan asertivitas, hal tersebut dapat ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Ozsaker (2013) yang meneliti tentang hubungan antara asertivitas dan harga diri pada remaja, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara asertivitas dan harga diri yang dibandingkan pada para remaja tersebut. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Serdar, *et al.* (2015) menemukan bahwa tingkat harga diri yang tinggi dapat mempengaruhi asertivitas dan berhubungan dalam tingkat asertivitas individu. Sehingga ketika seseorang memiliki tingkat harga diri yang baik, maka kemampuan asertivitas seseorang tersebut juga memiliki tingkat yang baik, karena keduanya secara signifikan saling berhubungan secara positif.

Singkatnya harga diri merupakan perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya. Senada dengan hal tersebut, Tambunan (2001) mengatakan bahwa harga diri adalah suatu hasil penilaian individu terhadap dirinya yang diungkapkan dalam sikap-sikap positif atau negatif. Orang yang memiliki harga diri yang tinggi, ialah orang yang mengalami proses hubungan positif dengan dirinya dan memiliki perasaan positif terhadap dirinya. Pengalaman dan proses hubungan yang positif inilah yang kemudian melahirkan sikap dan tindakan yang positif termasuk yaitu asertivitas.

Harga diri menjadi penting karena memiliki aspek-aspek yang dapat mempengaruhi asertivitas yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri (Rosenberg, 1965). Pada aspek penerimaan diri, seseorang yang dapat menerima dirinya sendiri secara tidak langsung individu tersebut merasakan bahwa ia adalah seseorang yang berharga, menghargai dirinya sebagai apa dia sekarang, tidak mencela dirinya, dan merasa positif pada diri sendiri. Kemudian pada aspek penghormatan diri, ketika individu tersebut merasa berharga maka ia akan menghormati dirinya sebagaimana adanya tanpa perlu menjadi superior dan memiliki penilaian yang baik terhadap dirinya sendiri.

Berdasarkan pernyataan di atas fokus dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan asertivitas dengan menggunakan pelatihan penghargaan diri pada remaja korban KDP. Pelatihan harga diri yang akan diberikan nantinya diharapkan dapat menjadi dampak dan memiliki manfaat yang baik bagi remaja korban KDP yang mengikuti pelatihan tersebut. Dampak dan manfaat tersebut diantaranya membuat remaja korban KDP menjadi merasa lebih berharga dengan memiliki penilaian yang positif terhadap diri mereka, menghormati dan menerima diri mereka sebagaimana adanya, dapat meningkatkan hubungan lebih baik dengan sesama dan hidup lebih berarti, lebih optimis dan percaya diri. Selain itu yang terpenting adalah dapat meningkatkan asertivitas mereka dan dapat mempraktekannya di kehidupan sehari-hari.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan sebelumnya, maka permasalahan pokok yang dibahas dalam penelitian ini adalah, bagaimana pengaruh terapi harga diri terhadap peningkatan asertivitas pada remaja korban KDP.

C. TUJUAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah pelatihan harga diri efektif untuk meningkatkan sikap asertif pada remaja korban KDP.

D. MANFAAT

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi klinis dan psikologi remaja, terutama mengenai asertivitas dan KDP.

2. Manfaat Praktis

Pelatihan harga diri untuk meningkatkan asertivitas pada remaja korban KDP belum pernah dilakukan pada penelitian sebelumnya, sehingga jika penelitian ini terbukti efektif untuk meningkatkan asertivitas pada remaja korban KDP,

maka penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan sebagai pelatihan untuk menangani kasus yang berkaitan dengan perilaku non-asertif pada remaja yang menjadi korban KDP.

E. KEASLIAN PENELITIAN

Penelitian-penelitian yang terkait dengan penelitian ini adalah pertama, penelitian dengan judul “Pengaruh Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Asertivitas terhadap Perilaku Seksual dalam Berpacaran pada Siswi Kelas VIII (Studi Kuasi Eksperimen di SMP Diponegoro 1 Jakarta)”, oleh Khilda Amaliyah, Dra. Retty Filliani, dan Dr. Dede Rahmat Hidayati, M.Psi (2014). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuasi eksperimen dengan *pretest-posttest design*. Hasil dari penelitian ini adalah terjadi peningkatan asertivitas terhadap perilaku seksual dalam berpacaran yang signifikan setelah diberi perlakuan. Peningkatan terjadi pada kelompok eksperimen, maka teknik asertif training memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan asertivitas terhadap perilaku seksual dalam berpacaran pada siswi SMP Diponegoro 1 Jakarta.

Penelitian yang kedua berjudul “Pengaruh Pelatihan Harga Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Remaja”, oleh Faridah Ainur Rohmah (2004). Penelitian ini menggunakan metode eksperimen *pre-test post-test control design*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan pelatihan harga diri mampu meningkatkan penyesuaian diri remaja, yang dimana rata-rata harga diri kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Penelitian ketiga berjudul “Pelatihan Peningkatan Harga Diri pada Remaja Panti Asuhan Sub Unit Perlindungan Sosial Asuhan Anak, Cibalagung, Bogor”, oleh Ajeng F. Citra dan MM. Nilam Widyarini (2015). Penelitian ini menggunakan desain pelatihan *one group pretest-posttest design* yang merupakan bagian dari metode eksperimen. Subjek penelitian adalah 16 orang remaja dengan kriteria yang sudah ditentukan. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa pelatihan peningkatan harga diri bagi remaja panti asuhan ini efektif karena rata-rata harga diri setelah pelatihan menjadi lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata harga diri sebelum pelatihan.

Penelitian keempat merupakan penelitian milik Gustaf Firdaus tahun 2015 dengan judul “Hubungan Harga Diri dengan Perilaku Asertif pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek adalah 666 mahasiswa aktif Fakultas Psikologi UKSW. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan korelasi positif yang signifikan antara harga diri dengan perilaku asertif mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW Salatiga.

Penelitian kelima dengan judul “*The Relationship with Self Esteem Between Assertiveness Levels of Sub-Elite In-Door Soccer Players*” Oleh Serdar, Mehmet, Osman, dan Doga, (2015). Penelitian tersebut menggunakan metode korelasi kuantitatif, dengan subjek 177 pemain sepak bola yang mengikuti kejuaraan sepak bola *Turkey University Sports Federation*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa olahraga selain sebagai kompetisi juga dapat membantu mengembangkan kepribadian. Olahraga memiliki kontribusi yang penting dalam

meningkatkan harga diri yang berdasarkan pada ciri kepribadian. Selain itu dapat membantu dalam bekerja sama dalam kelompok, kemudian menghargai pemain lain. Dalam hal itu olahraga dapat sangat berguna untuk tingkat asertivitas individu. Sehingga hasilnya adalah harga diri yang tinggi pada atlet dapat menyalurkan perasaan mereka kepada orang lain dan dapat meningkatkan asertivitas mereka.

Penelitian keenam dengan judul “*Effects of Assertive Training on the Low Self-Esteem of Secondary School Students in Anambra State*”, oleh Ada Anyamene, Nwokolo Chinyelu, & Ezeani, Nneka (2016). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan efek dari pelatihan asertivitas pada siswa sekolah menengah di *Anambra State* yang memiliki harga diri rendah. Metode penelitian dalam penelitian adalah *true experimental, randomized, pretest-posttest*, dan *control design*. Subjek adalah 47 siswa SSS II dengan harga diri rendah dari sekolah Awka. Hasil menunjukkan bahwa pelatihan asertif dapat mempengaruhi harga diri yang rendah pada siswa dengan meningkatkan harga diri siswa. Pelatihan ini efektif untuk siswa maupun siswa.

Penelitian ketujuh dengan judul “Efektivitas Pelatihan Resiliensi terhadap Peningkatan Perilaku Asertif Mahasiswa FKIP UM Palangkaraya”, oleh Esty Aryani Safithry (2015). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian eksperimen kuasi, desain eksperimen yang digunakan adalah *non-randomized pretest-posttest control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa FKIP UM Palangkaraya. Pengambilan subjek berdasarkan pada kriteria yaitu menempuh pendidikan di UM

Palangkaraya maksimal semester 8, dan memiliki asertivitas yang rendah. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perubahan asertivitas yang signifikan sebelum dan sesudah pelatihan resiliensi pada kelompok eksperimen. Perubahan tersebut terjadi karena perbaikan pola pikir yang keliru dan ada perbaikan perilaku melalui proses *role play*.

Penelitian kedelapan merupakan penelitian milik Rifatul Fikriyah & Puji Astuti (2015), dengan judul “Pengaruh Graphotherapy untuk Meningkatkan Asertivitas pada Mahasiswa”. Penelitian tersebut menggunakan desain eksperimen *randomized two-groups design* yaitu membagi subjek yang sudah terpilih secara acak menjadi kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Sampel dari penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2012 ke atas berjumlah 22 mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor asertivitas antara hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen sebesar $0,017 < p < 0,05$. Sebaliknya, hasil tes menyatakan tidak ada perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol sebesar $1,00 > p > 0,05$. Dengan begitu maka *graphotherapy* efektif meningkatkan asertivitas mahasiswa.

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dikemukakan, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang cukup signifikan pada peserta eksperimen sebelum dan sesudah diberikan pelatihan. Dengan kata lain pelatihan harga diri cukup efektif dalam meningkatkan asertivitas pada remaja korban KDP. Remaja korban kekerasan dalam pacaran yang mengikuti pelatihan harga diri memiliki asertivitas lebih tinggi daripada remaja yang tidak mengikuti pelatihan harga diri. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil analisis pre-post test kelompok eksperimen $p = 0.041$ ($p < 0,05$) dan $Z = -2.041$. Pada kelompok pre post test kelompok kontrol menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan $p = 0.285$ ($p < 0,05$) dan $Z = -1.069$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa, asertivitas remaja korban KDP yang mengikuti pelatihan harga diri lebih mengalami peningkatan daripada remaja korban KDP yang tidak mengikuti pelatihan.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan yang telah peneliti uraikan sebelumnya, maka peneliti menyimpulkan kelemahan yang terdapat dalam penelitian ini dan memberikan beberapa saran:

1. Kelemahan

Kelemahan dalam penelitian ini adalah tidak adanya *try out* modul sebelum modul diberikan pada peserta pelatihan. Hal tersebut karena kelalaian peneliti dalam proses pembuatan modul pelatihan yang akan digunakan oleh peneliti.

2. Saran

a. Bagi korban KDP

Peneliti ini terbukti efektif untuk meningkatkan asertivitas pada remaja korban KDP, sehingga disarankan untuk meningkatkan asertivitas remaja yang menjadi korban KDP dapat dengan melalui pelatihan harga diri.

b. Bagi peserta pelatihan

Mampu mengaplikasikan dan menerapkan apa yang sudah diberikan di pelatihan tentang harga diri untuk kehidupan sehari-hari, bahkan dapat dipraktekkan untuk membantu teman yang sedang mengalami KDP.

c. Bagi remaja pada umumnya

Berdasarkan pada penelitian ini, dijelaskan bahwa KDP membawa dampak yang mengkhawatirkan seperti, secara fisik memar di tubuh, secara psikis dan psikologi seperti harga diri yang terluka, depresi, rendahnya kepercayaan diri, kurang motivasi, merasa gagal dan takut. Sehingga remaja harus lebih berhati-hati dalam memilih keputusan untuk menjalin hubungan seperti berpacaran dengan lawan jenis. Bila sudah berpacaran alangkah baiknya mempraktikkan gaya pacaran yang sehat, atau dalam Islam sudah diatur seperti melakukan *khitbah*, untuk mengurangi risiko yang tidak diinginkan.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian mengenai KDP, asertivitas, maupun harga diri disarankan disarankan untuk dapat menambahkan subjek penelitian, hal tersebut agar terlihat lebih jelas kembali perbedaan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Selain itu perlu juga memperhatikan modul, diharapkan modul untuk lebih dikembangkan, diperjelas kembali isi dari modul tersebut, dan lebih menambahkan materi yang dapat dilakukan dengan *game*, supaya kekompakan peserta lebih terjalin lagi, meskipun pada pelatihan ini peserta sangat aktif dan terlihat kompak. kemudian pada sesi pemberian tugas, lebih menjelaskan kembali pada peserta, supaya hasilnya sesuai dengan yang diinginkan oleh peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas Sudirman, Ahmad. *Problematika Pernikahan dan Solusinya*. Wakaf Dana Alumni. PT Prima Heza Lestari. 2006. Cet 1.
- Abidin, Z. (2011). Pengaruh Pelatihan Resiliensi Terhadap Perilaku Asertif Pada Remaja. *Pramator*, 4, 129-136.
- Adams, L., & Lenz, E. (1995). *Be Your Best : Jadilah Diri Anda Sendiri*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Administrator. (2018). *Data Kasus Kekerasan terhadap Perempuan dan Anak Tahun 2012-2017*. Diunduh 27 April, 2018 dari <http://www.rifka-annisa.org/id/layanan/data-kasus>
- Agustiani, Hendriati. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Refika Aditama.
- Ais. (2017). *Rifka Annisa Catat Rata-rata ada 300 Laporan Kekerasan Perempuan di DIY*. Diunduh 27 April, 2018 dari <http://jogja.tribunnews.com/2017/03/08/rifka-anisa-catat-rata-rata-ada-300-laporan-kekerasan-perempuan-di-diy>.
- Ajeng F. Citra., & MM. Nilam Widyarini. (2015). Pelatihan Peningkatan Harga Diri pada Remaja Panti Asuhan Sub Unit Perlindungan Sosial Asuhan Anak, Cibalagung, Bogor. *Jurnal Psikologi*. 8 (2), 91-103.
- Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2017). *Your Perfect Right: Tenth Edition*. California: Impact Publisher.
- Amaliyah, Khilda. Dkk. (2014). Pengaruh Teknik Assertive Training untuk Meningkatkan Asertivitas Terhadap Perilaku Seksual dalam Berpacaran pada Siswi Kelas VIII (Studi Kuasi Eksperimen di SMP Diponegoro 1 Jakarta). FIP UNJ.
- Anindyajati, M., & Citra M. K. (2004). Peran Harga Diri terhadap Asertivitas Remaja Penyalahguna Narkoba (Penelitian pada Remaja Penyalahguna Narkoba di Tempat-tempat Rehabilitasi Penyalahguna Narkoba). *Jurnal Psikologi*. 2 (1): 49-73.
- Anni, T. (2007). *Assertiveness and Diversity*. New York: PALGRAVE MACMILLAN.
- Anonim. (2017). *Terjadi 2734 Kasus Kekerasan dalam Pacaran Selama 2016*. Diunduh 27 April, 2018 dari <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2017/02/08/terjadi-2734-kasus-kekerasan-dalam-pacaran-selama-2016>.

- Anyamene, Ada. Dkk. (2016). Effects of assertive training on the low self-esteem of secondary school students on Anambra State. *Journal of Psychology and Behavioral Science*. Vol 4, Issue 1.
- Arifin, S., & Rahmawati, A. (2015). Tindakan Kekerasan Mahasiswa Terhadap Pacar dalam Relasi *Multi-Partner*. *Ilmu Kesejahteraan Sosial Universitas Jember*, 1, 1-14.
- Azwar, S. (2009). *Penyusun Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Beverley, H. (1988). *Be Assertive*. Great Britain: The Guernsey Press.
- Bishop, Sue. 1999. *Assertiveness Skills Training*. New Delhi: Viva Books Private Limited.
- Branden, N. (1992). *The Power of Self Esteem*. Florida: Deerfield Beach
- Burns, R.B. (1993). *Konsep Diri, Teori, Pengukuran, Pengembangan, dan Perilaku*. (Alih Bahasa: Surya Satysnegara). Jakarta: Arcan.
- Cawood, D. 1997. *Assertiveness for Managers: Learning Effective Skill for Managing People*. Edisi 2. Canada: International Self-Counsel Press Ltd.
- Cook, T. D., Campbell, D. T. 2012. *Quasi Experiment*. Santosa. *R-Quasi Eksperimen Guild*.
- Coopersmith, S. 1976. *The Antecedent of Self-Esteem*. San fransisco: W. H. Freeman and Company.
- Creswell, J. W. (2012). School Counselors an the Cyberbully: Interventions and Implications. *ASCA*, 11 (1), 65-68.
- Diadiningrum, Jihan R., & Herdina, E. (2014). Hubungan antara Sikap Asertivitas dengan Kecenderungan Menjadi Korban Kekerasan dalam Pacaran pada Remaja. *JURNAL Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 3 (2), 97-102.
- Engel, B. 2002. *The Emotionally Abusive Relationship: A Breakthrough Program to Overcome Unhealthy Patterns*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Fatimah, E. 2006. *Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta didik*. Bandung: BalaiSetia.
- Ferlita, G. (2008). Sikap Terhadap Kekerasan Dalam Berpacaran (Penelitian Pada Mahasiswa Reguler Universitas Esa Unggul Yang Memiliki Pacar). *Jurnal Psikologi*, 6, 10-24
- Firdaus, Gustaf. 2015. Hubungan Harga Diri dengan Perilaku Asertif pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW. Fakultas Psikologi: Universitas Kristen Satya Wacana.

- Frey, Diane & Carlock, Jesse C, “*Enhancing Self Esteem*”, Accelerated Learning, Munice, 1993.
- Ghazaly Rahman. *Fiqh Munakahat*. Kencana. Jakarta. 2006. Cet ke-2.
- Hadi, M, H. (2006). Perilaku Seks Pranikah pada Remaja. *Skripsi*. (Tidak diterbitkan). Depok. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Handayani, M. M. 1997. Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan diri dan Harga Diri. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Hasanah, N., Supriyono, Y., Herani, I., & Lestari, S. (2012). Peningkatan Kepercayaan Diri Mahasiswa Melalui Pelatihan Asertivitas. *Jurnal Interaktif*. 1(2), 1-7. Malang: Dosen Program Psikologi, Universitas Brawijaya.
- Hurlock, E. 1999. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Alih Bahasa: Isti Widyanti dan Soedjarwo). Edisi 5. Jakarta: Erlangga.
- Hyaat, R. (1993). *Psychology, self-esteem: the keystone to happiness*. Dushkin Publishing Group. Inc
- Indriya, Christi. 2014. Hubungan Asertivitas dengan Kekerasan dalam Berpacaran pada Perempuan Dewasa Awal. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.
- Knight, J. F. (2004). *So you're a teenager*. Bandung: Indonesia Publishing House.
- Kur. (2017). *Hasil Survey, Remaja DIY Rentan Jadi Korban Kekerasan*. Diunduh 28 Januari, 2019 dari <http://jogja.tribunnews.com/2017/08/27/hasil-survey-remaja-diy-rentan-jadi-korban-kekerasan>.
- Lange, A. J & Jakubowski, P. (1978). *Responsible assertive behavior: Cognitive behavioral procedures training*. Illionis: Research Press.
- Linehan, M. M. 1993. *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*. New York: Guilford Press.
- Livingston, Jennifer A., Testa, M., & VanZile-Tamsen, C. (2007). The Reciprocal Relationship Between Sexual Victimization and Sexual Assertiveness. *Violence Against Women*, 3, 298-313.
- Lloyd, S. (1991). *Mengembangkan perilaku asertif yang positif*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Melodina, P. (1990). Kesehatan mental remaja putri yang telah melakukan hubungan seks pranikah. *Skripsi*. Depok: Fakultas Psikologi Fakultas Indonesia.

- Miftahun, N. S. (2012). *Statistika: Teori dan Aplikasi untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora*. Yogyakarta: Ash-Shaff.
- Miron, A. G., & Miron, S. D. (2006). *Bicara Soal Cinta, Pacaran, Dan S-E-K-S Kepada Remaja : Panduan Guru & Orang Tua*. Jakarta : Esensi.
- Murk. C. J. 2006. *Self-esteem research, theory, and practice: toward a positive psychology of selfesteem 3rd edition*. New York: Springer Publishing Company Inc
- Nabila, Anisa Ismi, dkk. (TT). Pengaruh Pelatihan Asertivitas Terhadap Kecenderungan Kenakalan Remaja pada Siswa Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Bhinneka Karya Surakarta. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Nasri, Deni & Koentjoro. (2015). Pelatihan Asertivitas Normatif Terhadap Perilaku Seksual Pranikah pada Wanita. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 3 (01): 184-195
- Novalia, & Tri Dayakisni. 2013. Perilaku Asertif dan Kecenderungan Menjadi Korban *Bullying*. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 1 (1): 172-178.
- Nugraheni, Pascha Dwi. (2017). Hubungan Asertivitas dengan Perilaku Pro-Relasi pada Korban Kekerasan dalam Pacaran. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Nurmalasari, Yanni. (2007). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Harga Diri pada Remaja Penderita Penyakit Lupus*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma, skripsi.
- Ozsaker M. (2013). Assertiveness and self esteem in Turkish adolescent: a study on athletes and nonathletes. *International Journal on Disability and Human Development*. Volume 12, Issue 1.
- Prabowo, S. 2000. *Membangun Perilaku Asertive Pada Komunikasi antara Perawat dan pasien*. Psikomendia. Vol.1. No. 1. Hal 6-20. Semarang. Fakultas Psikologi Unika.
- Priyatno, D. (2012). *Cara Kiat Belajar Analisis Data Dengan SPSS 20*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Ragil, N., & Margaretha, T. (2012). pengaruh gaya kelekatan romantis dewasa (adult romantic attachment style) terhadap kecenderungan untuk melakukan kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 1, 2, 1-10.
- Rathus, S.A. dan Nevid, J.S. (1983). *Adjustment and Growth: The Challenges of Life (2nd. Ed)*. New York: CBS College Publising.

- Reputrawati, A. (1999). *Janji Gombal : Kisah Nyata Kekerasan Dalam Pacaran*. Yogyakarta : Rifka Annisa WCC.
- Rifatul, F., & Tri, P. A. (2015). Pengaruh Graphotherapy untuk Meningkatkan Asertivitas pada Mahasiswa. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*, 547-551.
- Rohmah, F.A. (2004). Pengaruh pelatihan harga diri terhadap penyesuaian remaja. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 1, 53-63.
- Rohmah, S., & Legowo, M. (2014). Motif Kekerasan Dalam Relasi Berpacaran Di Kalangan Remaja Muslim. *Paradigma*. 2, 1-9.
- Romas, M. Z. (2010). Kaitan Antara Asertivitas dengan Komunikasi Interpersonal Pasangan Suami Istri (PASUTRI). *Journal Piskologi*. 11(2), 45-57. Yogyakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Proklamasi 45.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Safithry, E. A. (2015). Efektivitas Pelatihan Resiliensi terhadap Peningkatan Perilaku Asertif Mahasiswa FKIP UM Palangkaraya. *Pedagogik Jurnal Pendidikan*. 10 (1); 79-89.
- Santoso, A. (2010). *Statistik untuk Psikologi: Dari Blok Menjadi Buku*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2007). *Child Development, 11th edition* (terjemahan oleh Mila Rahmawati & Anna Kuswanti). Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. 2011. Psikologi Remaja. Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Serdar, SUCAN. Dkk. (2015). *The Relationship with Self Esteem Between Assertiveness Levels of Sub-Elite In-Door Soccer Players*. International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS). Volume 4, Issue 3.
- Setiawan, Rony, & Nurhidayah, Siti. (2008). Pengaruh Pacaran Terhadap Perilaku Seks Pranikah. *Jurnal Soul*, Vol. 1, No. 2, September 2008
- Setiawan, Rony, & Nurhidayah, Siti. (2008). Pengaruh Pacaran Terhadap Perilaku Seks Pranikah. *Jurnal Soul*, Vol. 1, No. 2, September 2008
- Setyawati, K. 2010. Studi Eksploratif Mengenai Faktor-Faktor Penyebab dan Dampak Sosial Kekerasan Dalam Pacaran (*Dating Violence*) di Kalangan Mahasiswa. *Skripsi*. Surakarta. Fisip Universitas Sebelas Maret.
- Shorey, R. C., Zucosky, H., Brasfield, H., Febres, J., Cornelius T. L., Sage, C., & Stuart G. L. (2012). *Dating Violence Prevention Programming: Directions*

for Future Interventions. *Aggression and Violent Behavior*
doi:10.1016/j.avb.2012.03.001.

Sinaga, Yohanna Viscasesia. (2016). Hubungan Antara Perilaku Asertif dan Perilaku *Cyberbullying* di Jejaring Sosial pada Remaja. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma.

Sitorus, M. A. (2015). Bentuk Dan Alasan Kekerasan Berpacaran Pelaku *Primartial Sex Intercourse* Pada Remaja. *Skripsi*. TT. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.

Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuntitatif Kualitatif dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2008), 300

Supratiknya, A. (2014). *Pengukuran Psikologis*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.

Supratiknya. (1995). *Komunikasi Antar Pribadi*. Yogyakarta: Kanisius.

Susanto. A. B. (2005). Memilih Asertif, Bukan Agresif. Jakarta: *Consulting Group*.

Tagela, U. (2013). *Perbedaan Perilaku Asertif Remaja Berdasarkan Jenis Kelamin Siswa Kelas II Semester II Tahun Ajaran 2012/2013 SMA Negeri 1 Pabelan Kabupaten Semarang*. Diakses tanggal 22 agustus 2014.

Tambunan, R. (2001). Harga Diri Remaja. *Jurnal Psikologi*. Diunduh 2 Juli 2013, dari <http://www.epsikologi.com/artikel/individual/harga-diri-remaja>

Tannous, Firas George. (2015). The effectiveness of assertiveness training in improving self-esteem among a sample of strudents with low emotional-behavioral traits. *International Journal of Adult and Non Formal Education*. Volume 3, Issue 1.

Wachid, A. (2013). Pengalaman Korban Perempuan Menghadapi Kekerasan dalam Pacaran Yogyakarta: Universitas Islam Sunan Kalijaga.

Wahyuningrum, Khaerani. 2014. Harga Diri dan Iklim Sekolah dengan Perilaku Menyontek pada Siswa SMP Negeri 2 Sleman. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.

Yasdiananda, W. E. (2013). *Hubungan Antara Self Esteem dengan Asertivitas pada Siswa Kelas X SMAN 5 Merangin*. Diakses pada tanggal 22 agustus 2014.
<http://ejournal.upn.ac.id/students/index.php/psi/article/download/602/361>